



ORAÇÃO COMO HABILIDADE PROMOTORA DE SAÚDE MENTAL EM UNIVERSITÁRIOS: PRODUTO EDUCATIVO

La oración como habilidad social que promueve la salud mental: producto educativo

*prayer as a social skill to promote mental health in university students: educational
product*

Maria Vitória Moura dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6056-7856>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: vitoriamoura.live@gmail.com

Francisca Iara da Silveira Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-9085-4968>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: ofissart@gmail.com

Elie Rodrigues Peixoto Filho

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-3174-5475>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: elielrpfilho@gmail.com

Isadora Facundes Dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8933-3832>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: facundesdossantosisadora@gmail.com

Ellen Zoppi dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-9425-6902>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: ellen.santos@adventista.edu.br

Anselmo Cordeiro de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0156-716X>

Seminário Adventista Latino-Americano de Teologia

Faculdade Adventista da Bahia (SALT/FADBA)

E-mail: anselmo.souza@adventista.edu.br

Eixo temático: Ciências da Saúde.



PRODUÇÃO TÉCNICA E TECNOLÓGICA

Introdução (Contexto)

Tem se estudado muito acerca da temática “oração” como em um estudo do neurocientista Andrew Newberg, por exemplo, que ao analisar imagens cerebrais de um pastor evangélico durante um momento de oração, notou uma ativação maior das áreas da linguagem e dos lobos frontais. Com isso, concluiu que a oração na tradição judaico-cristã produz um efeito semelhante ao de conversar com pessoas reais e que, ao orar, os religiosos passam por uma experiência neurologicamente real. Pensando nisso o nosso estudo tem como objetivo mostrar os benefícios da oração como promotora de saúde mental para universitários fazendo assim uma interseção entre a religião e a saúde mental.

A oração é uma prática muito comum em várias religiões e pode ter efeitos positivos na saúde mental das pessoas. Além disso, é importante analisar como essa prática pode impactar o desenvolvimento social dos universitários, já que a faculdade é um período crucial para a formação da identidade e das relações sociais, “embora muitas pessoas pratiquem a oração e acreditem que isto afeta sua saúde, a evidência científica de tal crença é limitada” (Masters e Spielmans, 2007, p. 329). o Salmo 91 fala sobre a proteção divina e o alívio da ansiedade através da oração outro texto interessante é o Mateus 6:6, que incentiva a oração em privado como forma de buscar conexão com Deus e encontrar paz interior. a ansiedade e outros transtornos mentais. Além disso, a participação em comunidades religiosas pode ser benéfica para o desenvolvimento de habilidades sociais, como a empatia, a solidariedade e a cooperação.

Finalmente, o objetivo deve ser analisar como as evidências científicas e cotidianas sobre a oração podem contribuir para uma melhor compreensão da sua importância como habilidade social promotora da saúde mental em universitários. É importante destacar que a oração não é uma solução instantânea para todos os problemas, mas pode ser uma ferramenta útil para lidar com o estresse, a ansiedade e outros desafios da vida universitária.



Objetivos

Analisar evidências científicas e cotidianas da oração como habilidade social promotora da saúde mental em universitários.

Método

Trata-se de estudo metodológico pensado para o desenvolvimento de produto educativo. Com o objetivo de melhor orientar a construção de um produto educativo em saúde, em uma abordagem baseada em evidências foi pensado o check list GREET.

BREVE NOME:	
Oração como habilidade social promotora de saúde mental em universitários	
INTERVENÇÃO	O projeto de intervenção tem como objetivo trazer o desenvolvimento de um produto educativo de conscientização a população sobre a oração como habilidade social promotora da saúde mental, através de uma história em quadrinhos (Hq) visando assim o mostrar os impactos positivos no bem estar social e psíquico dos indivíduos, principalmente os universitários.
PORQUÊ? (Deste processo educacional)	
TEORIA	O produto técnico será introduzido através de uma forma digital , onde temos um alcance de público jovem em maior quantidade, facilitando assim o acesso e a propagação das informações da HQ.
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:	Trazer a visão que a oração pode ser uma grande promotora de saúde mental com o objetivo de que seus benefícios podem ser uteis para lidar com o estresse, a ansiedade e até mesmo desafios interpessoais.



CONTEÚDO DA PBE	Adquiri conhecimento bíblico e científico sobre a oração, adquiri conhecimento sobre o a elaboração do referencial teórico, adquiri conhecimento para fazer a história em quadrinhos.
O QUE?	
MATERIAIS	O material educativo utilizado para a ação educativa foi uma aula aberta “a história em quadrinhos e divulgação científica: relato e experiencia”, artigos sobre o tema no google acadêmico e scielo.
ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS	Como uma forma de aprendizagem foi utilizado uma História em quadrinhos sobre a temática: Oração como habilidade social promotora da saúde mental em universitários.
INCENTIVOS	Não houve nenhum incentivo e/ou reembolso fornecidos aos alunos.
QUEM FORNECEU?	
INSTRUTORES	Estudantes da graduação de psicologia estão a frente da implementação do produto educativo ao público.
COMO?	
ENTREGA:	A entrega do produto técnico será por meio digital na instituição e compartilhado por QR code para ser baixado uma história em quadrinhos digital repleto de informações.
AMBIENTE:	Será entregue em sala de aula e nos murais da faculdade Adventista da Bahia.
QUANDO E COMO?	
CRONOGRAMA:	<ul style="list-style-type: none">- Planejamento: Março- Revisão teórica: Abril- Produção do folheto: Maio- Produção do roteiro: Maio- Entrega do HQ: Junho
TEMPO	



	Nosso grupo vai sair de sala em sala distribuindo os qrcodes nas salas de aula e também nos murais da instituição (30 minutos)
--	---

Resultados

A proposta narrativa conta a história de três amigos que estavam se reunindo em uma sala da faculdade tentando decidir o que fazer para continuarem um trabalho do curso, quando dois deles começaram uma discussão que já está com mais de uma hora de duração. Essa situação estressou muito Rebeca, que saiu da sala, buscou um lugar calmo e orou a Deus por ajuda. Após sentir uma sensação de paz, ajudou seus amigos a acabarem a discussão e resolverem a questão, além de contar como a oração a ajudou. Maravilhados, eles decidem orar agradecendo a Deus por ter iluminado Rebeca e ajudado eles a entrarem em um acordo.

Descritores: Oração; Saúde Mental; Universitários; Promoção Saúde.

Referências

Skoko I, Topić Stipić D, Tustonja M, Stanić D. Mental Health and Spirituality. *Psychiatr Danub*. 2021 Spring-Summer;33(Suppl 4):822-826.

O'Hara DP. Is there a role for prayer and spirituality in health care? *Med Clin North Am*. 2002 Jan;86(1):33-46, vi.

Rosmarin DH, Pargament KI, Koenig HG. Spirituality and mental health: challenges and opportunities. *Lancet Psychiatry*. 2021 Feb;8(2):92-93.

Nance JG, Quinn Griffin MT, McNulty SR, Fitzpatrick JJ. Prayer practices among young adults. *Holist Nurs Pract*. 2010 Nov-Dec;24(6):338-44.

Illueca M, Doolittle BR. The Use of Prayer in the Management of Pain: A Systematic Review. *J Relig Health*. 2020 Apr;59(2):681-699.